

Núm Orden: 0172

Título: LOS PASES Y LAS RECEPCIONES EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA.

Autores: Dr. Gustavo Prieto García. INEF Madrid. Dr. Alberto Lorenzo Calvo. INEF Madrid

1. INTRODUCCIÓN.

La presente comunicación tiene como **objetivo** presentar una progresión de enseñanza, a partir de la estructura de los juegos y deportes, de dos habilidades básicas – los pases y las recepciones -, desde su iniciación hasta su adaptación más específica a deportes de las siguientes características:

- Deportes de colaboración/oposición
- Deportes de participación simultánea sobre el móvil y espacio común
- Deportes que se practican con las manos
- Deportes donde se permite la recepción del móvil
- Deportes para situar un móvil en una meta y/o evitarlo

Para ello, partiremos de las siguientes **definiciones**:

- Los pases: Son aquellos lanzamientos de un móvil que tiene como objetivo a un compañero.
- Las recepciones: Es la recogida de un móvil procedente de un compañero.

La elección de la estructura como elemento central en el proceso de enseñanza es debido a que coincidimos con la línea defendida por Hernández y cols (2000) “En estos momentos, parece necesario que el proceso educativo y de entrenamiento deportivo tome como principal referencia a la hora de su puesta en práctica los rasgos característicos de la propia actividad física. Se debe intentar obviar los procedimientos predominantes hasta la fecha, en los que la enseñanza y el entrenamiento se centraban, por una parte, en la edad evolutiva del individuo y en los modelos de ejecución técnica de los distintos deportes. Se precisa, en cambio, partir de la especificidad y lógica interna de la misma actividad”.

Al basarse nuestro planteamiento en la estructura de los deportes hemos recurrido a la “praxiología motriz”, siendo el modelo praxiológico presentado por Hernández (1998), la referencia básica.

Parlebas (1981), citado por Hernández (1993, pág. 7), define la praxiología motriz como: “La ciencia de la acción motriz, especialmente de las condiciones, modos de funcionamiento y de los resultados de la puesta en situación de dichas acciones”.

Este mismo autor, citado por Hernández (1993, pág. 8), define la acción motriz como: “El proceso de realización de las conductas motrices de uno o varios individuos actuando en una situación motriz determinada, y que la misma se manifestaba por los comportamientos observables, unidos a un contexto objetivo”.

Hernández (1999), coincidiendo con el grupo praxiológico de Lleida, señala como ámbitos propios de la praxiología los siguientes:

- Las actividades lúdicas o juegos motores.

- Las actividades expresivas.
- Algunas actividades aprehensivas.
- El deporte.

Esta perspectiva praxiológica motriz presenta, como uno de sus fundamentos, el considerar que “cada juego presenta una lógica interna que va a orquestar todos los comportamientos de los participantes”. (Hernández, 1998, pág. 6).

Lagardera (1993) destaca que, junto con el estudio de la lógica interna, la praxiología motriz nos va a ofrecer la posibilidad de determinar la importancia de unas acciones sobre otras, fundamentalmente para discernir con solvencia la prioridad en la enseñanza o en el entrenamiento de unas acciones sobre otras.

La aportación de la praxiología motriz en el entrenamiento deportivo llega aún más lejos. Hernández y cols (2000, pág. 171) señalan entre otras aportaciones: “la elaboración de los planes y programas de entrenamiento; el diseño de las tareas motrices tendentes al logro de los objetivos motores pretendidos, la configuración y el desarrollo de las situaciones motrices; así como para favorecer el control y la evaluación del proceso entrenamiento y/o enseñanza que se desarrolle”.

La estructura de los deportes condiciona en gran parte el desarrollo de la acción de juego, aunque en último término es el jugador quien decide, dentro de las amplias posibilidades que le permite dicha estructura.

Los deportes de equipo poseen estructuras características propias, que no dependen del comportamiento del jugador, sino que siempre están presentes en los mismos.

Los elementos que configuran la estructura de los deportes de equipo, según Hernández (1998) son: la técnica, el reglamento, el tiempo, el espacio, la comunicación motriz y la estrategia motriz.

2. METODOLOGÍA DE TRABAJO.

A partir de los elementos que configuran la estructura funcional de los deportes se va a presentar una progresión de tareas motrices. El primer elemento referencial es la “comunicación motriz” de tal forma que se establecerán grupos de tareas motrices en función de dicho elemento. Se seguirá la propuesta presentada por Rodríguez (1997).

Dentro de cada uno de estos grupos la aparición de tareas motrices seguirá el siguiente orden. En primer lugar se presentarán tareas motrices que hagan referencia a un solo elemento para posteriormente ir incorporando nuevos elementos de la estructura y como consecuencia aumentando la complejidad y la dificultad.

Las tareas motrices que se han contemplado son las siguientes:

- Tareas psicomotrices
- Tareas de colaboración
- Tareas de oposición
- Tareas de colaboración/oposición.

3. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA.

3.1. Tareas psicomotrices.

Al ser necesario dos jugadores para realizar un pase en estas tareas se realizará un “autopase”, siendo el mismo jugador el que realiza el pase y la posterior recepción.

- Lanzar al aire con la mano derecha, izquierda, etc y recibir con las dos manos (técnica).
- Lanzar y cogerla antes de que caiga al suelo (tiempo).
- Lanzar y coger el autopase antes de que caiga al suelo, con móviles que tengan cada vez más velocidad: globos, pelota rítmica, pelota de balonmano, pelota de tenis, etc (tiempo).
- Lanzar tocar el suelo con una mano y coger el móvil antes de que caiga al suelo (tiempo).
- Lanzar al aire saltar y coger el autopase en el aire (tiempo).
- Lanzar hacia delante y cogerlo en carrera antes de que caiga al suelo (tiempo).
- Todas las tareas que hacen referencia al tiempo marcando la técnica de lanzamiento y de recepción: mano derecha, mano izquierda, lanzamiento de beisbol, recepción con una mano, con las dos, etc (tiempo y técnica).
- Lanzarlo contra la pared y cogerlo antes de que caiga al suelo (espacio/tiempo).
- Lanzarlo por encima de una referencia vertical (goma, portería, etc) y cogerlo en el otro lado (espacio/tiempo).
- Lanzarlo desde una zona de lanzamiento y cogerlo dentro de una zona de recepción antes de que caiga (espacio/tiempo).
- Desplazamiento de una zona a otra realizando lanzamientos del móvil al aire sin que caiga al suelo, limitándose el desplazamiento del jugador al momento en que no tiene el móvil en su poder. (espacio/tiempo).
- Todas las tareas que hacen referencia al espacio y al tiempo marcando la técnica de lanzamiento y de recepción: mano derecha, mano izquierda, lanzamiento de beisbol, recepción con una mano, con las dos, etc (espacio, tiempo y técnica).

3.2. Tareas de cooperación.

- Pases por parejas sin que se caiga el móvil al suelo (tiempo).
- Pasarse el móvil entre un grupo de 5 ó 6 jugadores sin que se caiga el móvil al suelo (tiempo).
- Pasarse móviles con distinta velocidad entre los jugadores: globos, pelota de rítmica, pelota de baloncesto, pelota de tenis, etc (tiempo).
- Pasarse dos móviles simultáneamente entre 5 ó 6 jugadores sin que caiga al suelo (tiempo).
- Pases por pareja sin que se caiga el móvil al suelo especificando la técnica de lanzamiento: mano derecha, izquierda, pase de pecho, pase de balonmano, etc. (tiempo, técnica).
- Pases por pareja sin que se caiga el móvil al suelo especificando la situación del pasador y del receptor: en estático, en movimiento, uno en estático y el otro en movimiento, a la pata coja, etc. (tiempo, técnica).

- Pases por pareja sin que caiga el móvil al suelo marcando la zona de recepción: círculo, rueda, barra, etc. (tiempo/espacio).
- Pases por pareja sin que caiga el móvil al suelo marcando la distancia entre el pasador y el receptor (tiempo/espacio).
- Pases por pareja sin que caiga el móvil al suelo marcando la trayectoria del móvil: por encima de una goma, a través de la pared, etc. (tiempo/espacio).
- Pases por pareja sin que caiga el móvil al suelo combinando la zona de recepción con la distancia del pase y con la trayectoria del mismo (tiempo/técnica).
- Pases por pareja para llegar a una zona determinada limitándose el desplazamiento al jugador que no tiene el móvil (tiempo/espacio).
- Todas las tareas que hacen referencia al espacio y al tiempo marcando la técnica de lanzamiento y de recepción: mano derecha, mano izquierda, lanzamiento de béisbol, recepción con una mano, con las dos, etc. (espacio, tiempo y técnica).
- Un jugador se la liga. Los demás jugadores se tienen que pasar la pelota hasta que uno de ellos golpee con la pelota el cuerpo del que se la ligaba, no está permitido lanzársela. El que le golpea pasa a ser el nuevo jugador a perseguir (estrategia motriz).
- Dos jugadores se la ligan. Estos jugadores se pasan el balón hasta que consiguen golpear con el balón el cuerpo de uno de los jugadores que está libre. A partir de aquí se pueden establecer dos variantes: 1. Que el jugador que ha golpeado se libere y cambie el rol con el jugador golpeado, 2. Que el jugador golpeado se incorpore a los otros dos jugadores pasándose el balón con ellos hasta golpear a un nuevo jugador, y así hasta que sólo quede libre un jugador que será el ganador (estrategia motriz).

3.3. Tareas motrices de oposición.

Al estar compuestas las tareas de oposición por un solo miembro de cada equipo, la única opción que podemos trabajar es el “autopase”.

El hecho de que el jugador que pase sea el mismo que recibe, unido a la dificultad del contrario, hace que sea una tarea de gran complejidad.

- El jugador que tiene el móvil se encuentra dentro de una zona, círculo, y realiza un autopase y el otro jugador intenta recuperar el móvil sin poder entrar en la zona horizontal donde se encuentra el jugador que lanza (espacio).
- El jugador lanza desde una zona de lanzamiento y tiene que recibir dentro de una zona de recepción. El otro jugador intenta recuperar el móvil sin poder introducirse en las zonas marcadas (espacio).
- Igual que el anterior pero el autopase debe describir una trayectoria: golpear una pared, superar una altura, etc. (espacio).
- El jugador que tiene el móvil realiza un autopase y el otro jugador intenta recuperar el móvil. Este jugador se incorpora con cierto retraso: parte de sentado, de rodilla, de espalda, retrasado, etc. (tiempo).
- Todas las tareas motrices de oposición presentadas marcando la técnica de ejecución tanto en el pase como en la recepción (tiempo o espacio y técnica).

3.4. Tareas motrices de cooperación/oposición.

Este tipo de tareas representa la relación real que se establece entre los participantes en los deportes, donde sitúa este trabajo.

- “Los pases”. Realizar pases entre compañeros con los balones de los distintos deportes y evitar que no la recupere el contrario. Se establecerán diferentes relaciones entre los participantes: 2X1, 2X2, 2X3, 3X3, 3X4, etc. (comunicación motriz).
- La tarea motriz anterior marcando la mano de lanzamiento: derecha, izquierda, etc. o marcando el modelo de ejecución: pases de pecho, pases picado, pases a una mano, etc. (comunicación motriz, técnica).
- “Los pases” marcando referencias espaciales como: realizar los pases a través de una pared, superando una altura o referencia vertical, estableciendo unas zonas de lanzamiento y otras de recepción o fijando la distancia entre los compañeros (comunicación motriz, espacio).
- “Balón prisionero”. Dos equipos situados en campos separados, uno frente al otro se lanzan el balón con el objetivo del golpear en el cuerpo de algún jugador y que el balón caiga al suelo. En este momento quedará eliminado y se colocará en la zona que está detrás del equipo contrario. A partir de ahora dicho equipo podrá elegir entre lanzar a golpear a algún jugador del equipo contrario o pasar a su compañero para que sea el quien lo intente y así volver a recuperar la vida (comunicación motriz, espacio, estrategia motriz).
- Juegos predeportivos de baloncesto, balonmano, donde además de el pase y las recepciones el jugador puede realizar otras conductas de decisión como: bloquear, botar, tirar, etc. (comunicación motriz, técnica, tiempo, espacio, estrategia motriz).

4. BIBLIOGRAFÍA.

- HERNÁNDEZ, J. La praxiología motriz, ¿ciencia de la acción motriz?. Estado de la cuestión. Apunts N° 32, (5-9). INEFC, Barcelona. 1993.
- HERNÁNDEZ, J. Fundamentos del deporte. Análisis de las estructuras del juego deportivo. Inde, Barcelona. 1998
- HERNÁNDEZ, J. Aportación de la praxiología a la educación física escolar. Página web Praxiología Motriz. (<http://www.wwf.ulpg.es/grupos/geip>). 1999.
- HERNÁNDEZ, J. y Contribución de los estudios praxiológicos a una teoría general de las actividades físico-deportivo-recreativas. Apunts N° 32, (10-18). INEFC, Barcelona. 1993.
- RODRÍGUEZ, J.P. La educación física en el nuevo diseño curricular base. ICEPSS, Las Palmas de Gran Canaria. 1997.